Didier **Durandy**,
Renaud **Thomazo**, Pascal **Vancutsem**

L'AUDACE

Mode d'emploi

Comment adapter
votre niveau d'audace
à chaque situation



EYROLLES



Mode d'emploi

Votre train Paris-Toulouse est arrêté en gare de Gourdon depuis quinze minutes par des manifestants qui bloquent la voie. Pas de solution en vue car les CRS postés en face n'ont pas d'instructions.

Que faites-vous d'audacieux pour faire repartir le train ?

NB : la solution est dans le livre.

En réalité, **vous avez de l'audace**. Peut-être n'avez-vous pas eu, ou pas saisi, beaucoup d'opportunités d'en faire preuve ? C'est très différent !

L'audace est une attitude renforcée par la pratique, à la portée de tous ; il ne s'agit pas d'un don distribué à quelques heureux élus à leur naissance. Faites-la fructifier, investissez-la dans les causes qui vous attirent ; allez au bout de votre ambition et, surtout, autorisez-vous à vous faire plaisir.

Laissez-vous guider, appliquez les techniques conçues pour vous, entraînez-vous, prenez vos distances avec les relations toxiques, les pessimistes et les passifs… Apprenez à considérer vos échecs passés comme des tremplins pour l'avenir.

Si la pensée unique, la normalité asphyxiante et le banal ne sont pas faits pour vous, ce livre va vous permettre de rattraper le temps perdu !

Didier Durandy, **Renaud Thomazo** et **Pascal Vancutsem** ont décidé de faire des choses captivantes, de donner un sens à leur vie, en utilisant l'audace non pas comme une fin en soi mais comme un moyen d'accomplir des choses et de se réaliser en concevant ce livre pour vous.

www.editions-eyrolles.com

Code éditeur : G56234
ISBN : 978-2-212-56234-7

L'AUDACE

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05

www.editions-eyrolles.com

Illustrations de l'intérieur : studio Eyrolles – Shutterstock

ISBN : 978-2-212-56234-7

Didier Durandy
Renaud Thomazo – Pascal Vancutsem

L'AUDACE

MODE D'EMPLOI

Comment adapter votre niveau d'audace à chaque situation

EYROLLES

SOMMAIRE

CAHIER CENTRAL

PARTIE II

AVANT-PROPOS

« Et si tout le monde faisait comme vous ? » Cette question est sans doute celle que l'on me pose le plus souvent depuis l'âge de 6 ans, alors que pendant une récré j'avais modifié l'agencement de ma classe de CP que je trouvais mal exposée par rapport au soleil !

Et je continue de répondre inlassablement : « Comprends pas... » En fait la question est mal posée, car c'est son corollaire qui est sous-entendu : « Est-ce que cela vous dérangerait de faire comme tout le monde ? » Mais cela ne changerait pas grand-chose à ma réponse, puisque je ne regarde pas – ou ne vois pas – ce que fait tout le monde... Carence ou talent ? C'est selon...

Ce qui est certain, c'est que l'audace commence là où « faire comme tout le monde » s'arrête. Et si l'on nous exhorte à l'audace en permanence : le pape François, Obama, nos dirigeants français, le Medef, La Cité de la Réussite, ou même Aubade avec sa ligne de « nuisettes mini-bikini audacieuses », c'est bien parce qu'il y a un besoin important d'audace à l'époque actuelle !

En fait, nous pouvons **tous** faire preuve d'audace. Et nous allons non seulement vous le prouver, mais vous donner les moyens de vous libérer, de prendre du plaisir dans ce que vous faites et dans la façon de le faire.

Cependant, selon l'étude Ipsos de 2014 « L'audace & les Français[1] », 64 % de la population de notre pays considère que la France est moins audacieuse qu'il y a trente ans ; ce qui est en soi positif car cela montre que nous savons faire !

Quant à nous, nous sommes donc passés à l'action !

Nous, c'est-à-dire Pascal Vancutsem qui est à l'origine de ce projet car il se refuse à croire que l'on ne peut pas faire bouger quelqu'un, l'historien Renaud Thomazo qui a étudié les plus grands coups d'audace de l'histoire de France, et moi-même à travers mes expériences dans le domaine du coaching en audace avons décidé de créer un triumvirat musclé pour

1 Tous les pourcentages qui sont cités dans cet ouvrage font référence à cette étude ; ils sont mentionnés avec leur aimable autorisation.

permettre à chacun et chacune d'entre vous de dépasser les réflexions du type « L'audace c'est pour les autres », en vous donnant les moyens de vous dire : « Moi aussi ! »

Vous allez le constater tout au long de votre lecture : l'audace est un « phénomène » très personnel que nous interprétons à notre façon : goût du jeu, ambition, liberté de penser et d'agir, participation au progrès, aide à la communauté qui nous entoure, mais surtout l'envie – voire le besoin – de trouver notre voie et d'aller au bout de nos capacités pour vivre intensément les trop courtes années que nous passons sur la planète Terre...

Et puis, pour être très franc, ce qui existe déjà est moins exhaltant que de partir à la conquête de l'impossible !

INTRODUCTION
THE SKY'S NOT THE LIMIT[1]...

Commençons par vous, en vous posant une première question :

Quelles ont été vos trois principales motivations pour acheter ce livre ?

Pourquoi un mode d'emploi sur l'audace ?

Nous aurions pu intituler ce livre *Lettre ouverte aux audacieux qui s'ignorent !* Mais il n'y aurait pas eu les notions d'acquisition de techniques et d'entraînement, fondamentales pour progresser.

Lorsque vous achetez un nouveau matériel, qu'il s'agisse d'un téléphone ou d'un ordinateur, on vous remet un mode d'emploi qui vous permet de dépasser le niveau d'utilisation intuitive, et sans lequel il vous serait impossible d'utiliser toutes ses capacités ; or celui-ci n'a d'intérêt que si vous possédez déjà ce matériel. Eh bien, l'audace fait partie de ce matériel que vous possédez, et nous allons vous en proposer le mode d'emploi.

C'est l'objet de ce livre !

Pourquoi maintenant ?

Lorsque vous observez votre environnement, vous êtes frappé par la multitude : multitude de personnes qui cherchent le même emploi que vous, multitude d'hommes et de femmes qui rêvent de rencontrer l'oiseau rare, multitude de consommateurs qui veulent le même produit, multitude de familles qui vont en vacances sur les mêmes plages ou les mêmes pistes de ski, dans les mêmes restaurants... toujours en même temps.

Il se crée alors une forme de fatalisme, de passivité, largement relayée par nos gouvernants et les médias, qui nous incite à prendre notre mal en patience, à nous comporter de manière résolue face à notre sort. Nous ne

1 Le ciel n'est pas la limite...

sommes pas loin de la philosophie des croque-morts : « Mourez, on s'occupe du reste ! »

La queue aux péages, aux enregistrements des aéroports, aux bureaux de poste, aux caisses de supermarchés, aux stations essence. La queue pour obtenir un document administratif, pour voir un responsable de Pôle Emploi. La queue pour obtenir un rendez-vous avec un ophtalmo en province, pour être soigné aux urgences des grandes villes pour un bras cassé…

Et puis…

L'exposition à la fois permanente et immédiate aux médias et au grand public, par le biais d'Internet, a pour conséquence que, quoi que vous fassiez, quoi que vous disiez, quoi que vous écriviez, il se crée une forme d'opposition systématique à votre initiative. Que ce soit pour des raisons d'éthique, d'énergie, d'environnement, de normes, de laïcité, d'égalité hommes-femmes, on trouve toujours un groupe dont l'objet est de contrer toute initiative pouvant déséquilibrer l'ordre établi ou tout changement susceptible de déranger certains. Pour être cynique, si la voiture était inventée aujourd'hui, pourrait-on l'homologuer ? *Quid* de l'avion, du téléphone, du scooter ? Quand on voit la réaction des taxis au concept des VTC, on ne peut que constater la difficulté à faire preuve d'audace au XXIe siècle !

Quelles sont donc vos options ?

En fait, il n'y en a pas tant que cela :

1. Vous laisser entraîner dans la spirale perverse du repli sur soi et de la passivité : en passant plus de temps à regarder la télé afin d'accroître votre docilité, en prenant votre mal en patience et en vous disant que cela pourrait être encore pire.

2. Vous révolter en critiquant tout, en vous plaignant de tout à tout le monde pour vous défouler : vos collègues de bureau, votre conjoint, vos amis ; peut-être même en plaquant tout pour vous enrôler dans l'armée des ombres, traverser le Sahara en VTT, tester des maillots de bains antirequins dans les Caraïbes ou traverser la Manche la nuit en kite-surf avec une lampe de poche…

3. Suivre la voie royale de l'audace qui vous permet à la fois de sortir des sentiers battus et de la routine, de réaliser les choses exceptionnelles qui vous correspondent, et de vous faire plaisir dans l'action.

C'est donc le parti pris de la troisième option qui va guider nos pas dans ce livre, car chaque succès se prépare, se gère, puis se mérite, à partir des atouts que vous possédez déjà. Tout ce qui suit est conçu pour vous guider, tel un parcours initiatique, vers un développement de vos capacités à faire preuve d'audace, aussi bien ponctuellement que systématiquement.

Dans la **première partie**, nous vous ferons réfléchir sur votre audace (chapitre 1), sur le concept de l'audace, sur vos projets (chapitre 2) et vos motivations à faire preuve d'audace (chapitre 3) ; puis Renaud Thomazo vous prouvera dans le chapitre 4 que l'audace est une qualité historiquement bien française, et que nous pouvons être fiers des exploits et réalisations de nos prédécesseurs, bien qu'il ne soit pas toujours facile de séparer le mythe de la réalité.

Dans le **cahier central**, nous vous proposerons une **méthodologie en sept étapes** pour traiter toute situation avec le niveau d'audace qui vous correspond.

Dans la **deuxième partie**, vous allez vous exercer à faire preuve d'audace dans trois domaines de niveaux croissants : penser (chapitre 5), dire (chapitre 6) et agir (chapitre 7). Enfin, le chapitre 8 rédigé par Pascal Vancutsem vous apportera des précisions passionnantes sur la façon dont fonctionne notre cerveau, en s'appuyant sur les dernières techniques de l'approche neurocognitive et comportementale. Il est le complément indispensable des encadrés « L'avis de l'expert » que vous trouverez dans le livre.

À la fin de l'ouvrage, nous vous proposons un résumé des notions étudiées, intitulé **Les points clés du livre,** destiné à vous servir d'aide-mémoire pour accompagner vos expériences dans les domaines passionnants de l'audace.

À la fin des chapitres 1, 2, 3, 5, 6 et 7, une rubrique « **À vous de jouer !** » vous permettra de tester votre imagination sur des cas vécus ayant fait appel à l'audace ; les actions réellement mises en place vous seront communiquées en contactant : quiz@durandy.net ; celles-ci ont été traitées sans agressivité, violence ou menace d'aucune sorte.

Afin de solliciter votre imagination, chacune de ces rubriques est précédée d'un cas réel présenté avec la solution qui a été appliquée ; vous observerez que c'est en réfléchissant différemment, en provoquant l'environnement, en imaginant une histoire, en s'éloignant des normes et des habitudes, en observant la situation sous un angle original, bref en ignorant le conformisme, que les solutions ont été trouvées.

Et maintenant, partons pour l'aventure, et… bonne lecture !

PARTIE I

Historiquement, croyez-vous que le feu, la roue, le vaccin, la machine à vapeur, l'automobile, l'avion, la puce électronique, le bikini, ont été imaginés, inventés, conçus, réalisés, mis au point, appliqués, sans audace ?

Croyez-vous que des hommes et des femmes comme vous et nous ont traversé les mers en bateau, en avion, en dirigeable, à la rame, sans audace ?

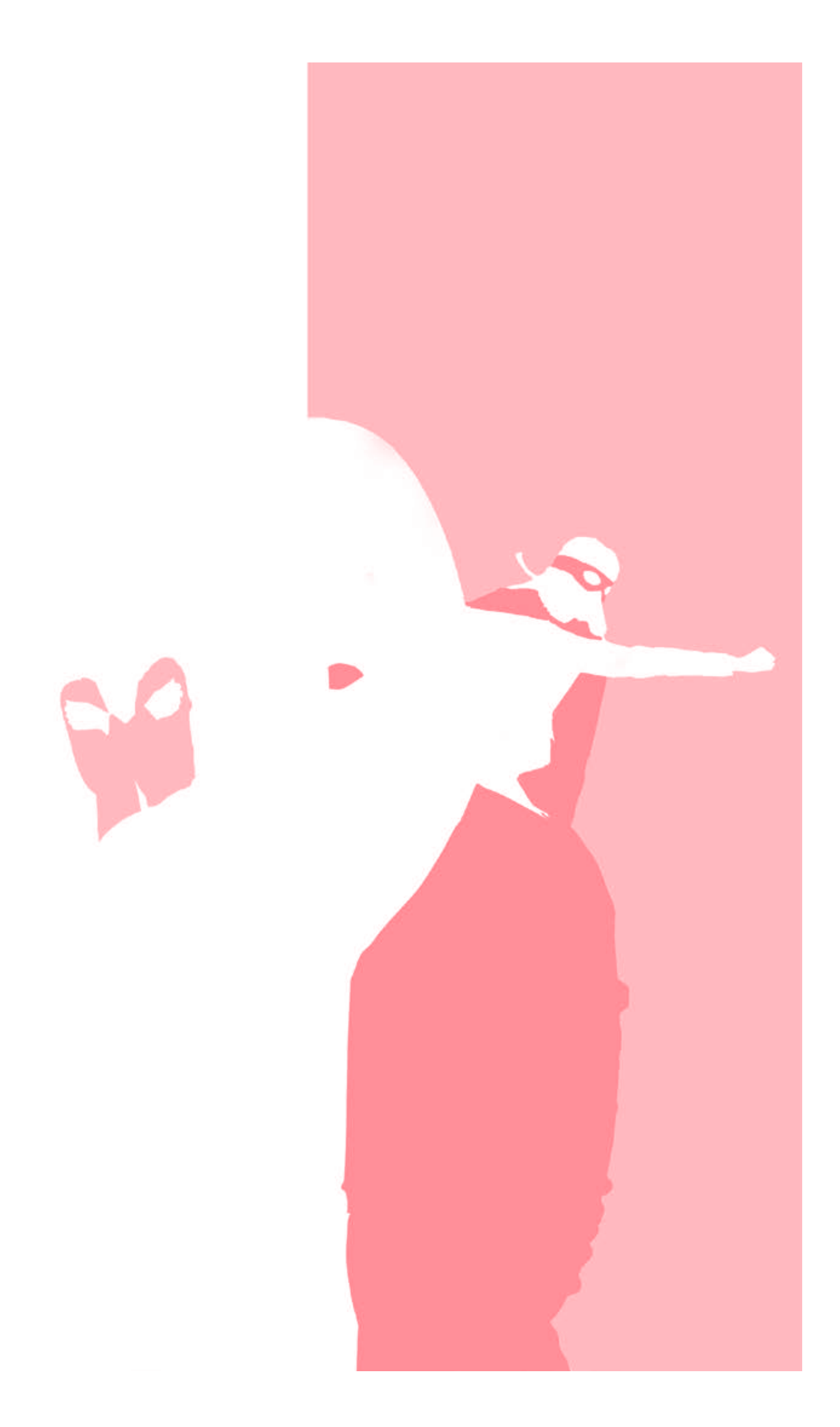
Certains y ont perdu leur vie, tels Mermoz, Nungesser & Coli. D'autres ont réussi, tels Lindbergh, Blériot, Maud Fontenoy.

Mais ils étaient tous mus par une envie insatiable d'avancer, de progresser, d'innover, bref de réussir.

Cette première partie a pour objectif de vous motiver, en vous incitant à vous identifier à ces héros qui ont fait la France que nous admirons et que le monde entier respecte et, surtout, vous donner foi en vous car, finalement, ils n'ont rien de plus que vous hormis la force du mental que vous allez acquérir ici.

C'est pourquoi nous terminerons cette partie en laissant Renaud Thomazo évoquer les personnages historiques qui ont fait que l'audace et son concept, sont maintenant profondément ancrés dans la culture française depuis deux millénaires.

Mais tout d'abord, nous allons nous intéresser à vous.



Chapitre 1

VOUS ET L'AUDACE : FAISONS LE POINT

Vivre, c'est être audacieux.
Et vous, est-ce que vous vivez vraiment ?

L'objectif de ce chapitre est de vous aider à démystifier l'audace, et de vous convaincre progressivement que – vous aussi – vous en avez déjà fait preuve, quel que soit le niveau auquel vous l'avez appliquée, car vous êtes certainement plus audacieux que vous ne voulez bien l'avouer. Et dans ce cas, il va être intéressant d'analyser vos « coups d'audace », et de déterminer comment et pourquoi vous les avez réussis, afin de vous permettre de capitaliser sur vos expériences personnelles dans les chapitres suivants.

Vos héros préférés

Nous avons besoin de héros, non pas pour les traiter comme des demi-dieux, mais pour les imiter, nous en inspirer, les égaler, voire les dépasser. C'est comme cela que de grandes choses sont réalisées !



L'avis de l'expert

Dans le cadre de notre développement personnel, l'inspiration que nous pouvons trouver auprès de certains est fondamentale ; nous avons tous besoin de modèles pour grandir ; il ne s'agit pas de copier les autres, mais bien de se construire. À ce titre, le professeur Henri Laborit disait : « Et finalement, nous devons nous rendre compte que ce qui pénètre dans notre système nerveux depuis la naissance, et peut-être avant *in utero*, les stimuli qui vont pénétrer dans notre système nerveux nous viennent essentiellement des autres. Nous ne sommes que les autres. »

Il ne s'agit évidemment pas uniquement de personnages militaires ou politiques, mais également de chercheurs (Louis Pasteur…), de sportifs (Éric Tabarly…), de créateurs (Yves Saint Laurent…), d'inventeurs (Henry Ford…), et de grands bâtisseurs (Gustave Eiffel…).

Les personnages historiques français qui vous impressionnent le plus

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : ce n'est pas grave s'il s'agit toujours de Jeanne d'Arc, de Napoléon et du général de Gaulle…

. . . .

. . . .

. . . .

Vos héros planétaires dans l'histoire du monde

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : Jules César, Charlemagne, Gandhi, sont qualifiés…

. . . .

. . . .

. . . .

Vos héros actuels

Autour de vous : famille, amis…

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : on ne le répétera pas, promis…

. . . .

. . . .

. . . .

Dans le monde : politique, militaire, culturel, humanitaire…

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : c'est certainement plus difficile, mais il y en a…

. . . .

. . . .

. . . .

Vos héros imaginaires

Au cinéma

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : Indiana Jones, Batman, Colombo ?

. . . .

. . . .

. . . .

Dans les romans

Pouvez-vous noter trois noms ? NB : OSS 117, SAS, Sherlock Holmes ?

. . . .

. . . .

. . . .

Que demandez-vous à un héros ?

Pouvez-vous citer trois qualités ? NB : infatigable, déterminé, immortel ?

. . . .

. . . .

. . . .

Votre niveau d'audace

Paradoxalement, l'idée que nous nous faisons de notre audace est assez différente de celle que nous nous faisons de celle des autres... En effet, 16 % seulement des Français considèrent leurs compatriotes audacieux, alors que 39 % se considèrent eux-mêmes audacieux.

Or nous avons tous un niveau d'audace habituel, dans lequel nous nous reconnaissons.

Lorsque quelqu'un vous dit : « Moi je ne suis pas audacieux », c'est simplement qu'il s'est convaincu tout seul qu'il ne l'était pas ! Mais en fait, il faut de l'audace pour dire cela en public et s'échapper comme une souris...

Pouvez-vous indiquer le niveau que vous vous attribuez sur un curseur de 0 à 10[1] ?



Revenons sur votre all-time best

Qu'est-ce qui a fait que vous ayez pu vous sentir capable d'être audacieux à cette occasion ?

Votre réponse en une phrase :

....

	Oui	Non
Avez-vous pris du plaisir sur le moment ?		
En êtes-vous encore fier aujourd'hui ?		
Pourriez-vous le refaire, voire faire mieux ?		

Vos réalisations et vos limitations

Vous ressentez souvent à la fois un sentiment de fierté pour vos réalisations (et peut-être même en êtes-vous le premier surpris !) et une forme de frustration devant les opportunités d'audace que vous n'avez pas vues sur le moment, ou su saisir à temps. Mais vous ne savez pas pourquoi !

1 Il faudra reprendre vos chiffres au chapitre 2.



L'avis de l'expert

De par notre construction nous sommes empiriques, que cela soit sans nous poser de questions, ou en expérimentant des situations ; en effet, l'empirisme est un de nos principaux automatismes ; sa limite est qu'il ne nous permet pas de capitaliser sur nos expériences ; mais heureusement nous avons également la fabuleuse aptitude à donner du sens.

Afin de sortir de cette logique empirique, Il est fondamental de chercher à mieux vous connaître et, pour cela, de vous questionner pour mieux comprendre les raisons de vos réussites et de vos échecs.

Quels sont vos plus beaux exploits ?

Qu'il s'agisse du domaine personnel, professionnel ou sentimental, pouvez-vous lister les trois principaux ci-dessous ?

. . . .

	Oui	Non
Est-ce que l'audace vous a aidé ?		
Si vous avez répondu non, pensez-vous que vous auriez fait mieux avec de l'audace ?		
Si vous avez répondu oui, pensez-vous que vous auriez fait encore mieux avec plus d'audace ?		

Quelles sont vos limitations typiques ?

Vous les connaissez bien ! Si en tant que client, passager, touriste, usager de la SNCF ou de la route, cotisant, contribuable..., vous faites face à des interlocuteurs qui sont plus habitués à gérer la multitude qu'à apporter une solution à votre requête, vous devez vous sentir frustré de ne pas pouvoir faire preuve d'audace sur le champ afin d'avoir gain de cause...

En effet, ce type d'échange génère généralement des réponses insatisfaisantes à vos questions : « Pourquoi ? Comment ? Quand ? Est-ce que ? », du fait du manque de personnel qualifié pour cause de pauses, congés, RTTs, arrêts maladie, formation, etc., sans oublier le manque fréquent d'intérêt dans leur job et/ou de fierté dans le fait de vendre un service.



Exemple de dialogue lamentable dans un magasin d'électroménager de Guérande :
« Pouvez-vous m'expliquer la différence entre ces trois lave-linge ?
— Je ne connais pas les réponses par cœur… »

Si vous ne réagissez pas sur le moment, ceci est généralement dû à des limitations que vous vous imposez, du genre : « Tant pis », « On ne va pas se bagarrer pour ça », « On ira ailleurs », ou, pire encore : « On va prendre un air désolé pour demander encore plus gentiment afin de finir par obtenir gain de cause. » Mais comme cette façon de ligaturer votre personnalité ne vous convient pas vraiment, vous allez compenser, prendre sur vous, critiquer après coup pour vous défouler… À cette tactique à la fois vaine et dévalorisante, nous préférons vous vendre de l'audace ! Des solutions à ce problème seront proposées au chapitre 6.



L'avis de l'expert

Nous sommes programmés pour nous satisfaire. Si cette démarche est contrariée, nous risquons de mal le vivre et nous finirons le plus souvent par l'exprimer de façon indirecte voire négative.

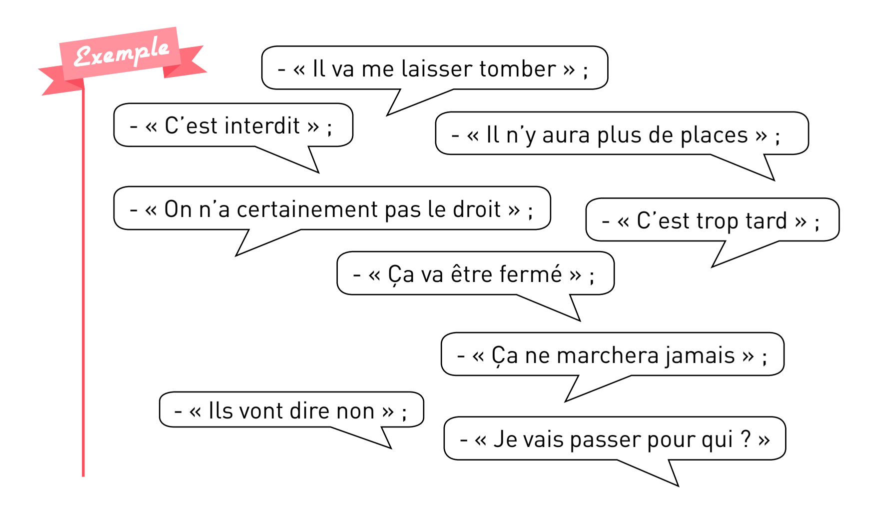
Répondez aux cinq questions suivantes.

	Jamais	Rarement	Quelquefois	Souvent	Toujours
1. Dans l'avion, le train, le métro, une personne vous semble sympathique. Vous trouvez un moyen de lui adresser la parole.					
2. À l'enregistrement de l'aéroport, vous essayez de vous faire surclasser.					
3. Au restaurant, vous demandez la table qui vous plaît si elle est libre, sinon vous sortez.					
4. Vous négociez d'abord, ou c'est plutôt oui ou non tout de suite.					

	Jamais	Rarement	Quelquefois	Souvent	Toujours
5. Si la réponse d'un fournisseur/vendeur ne vous convient pas, vous demandez à voir son superviseur ou le patron.					

Avez-vous tendance à vous autolimiter ?

Parmi les principaux freins à l'audace cités par les Français, 67 % concernent la peur d'échouer, 51 % la peur des critiques et du ridicule, 42 % le manque de soutien et 42 % la peur du regard des autres.



Vous avez tendance à vous limiter[1]...	Oui	Non
– En n'essayant pas ?		
– En sabotant inconsciemment votre approche par un ton désolé ?		
– En prenant conseil auprès de personnes que vous savez être pessimistes, négatives ou peut-être même potentiellement jalouses de votre succès éventuel, car elles vont vous dissuader d'essayer ?		

1 Cf. le paragraphe sur les relations toxiques au chapitre 7...